

Hjertestans hos barn

Hjertestans hos barn er en sjelden, men svært alvorlig tilstand.

Tiltakene ved hjertestans hos barn er ganske like som for voksne, med noen få viktige unntak. Her omtaler vi hjerte- lungeredning på barn med spesiell vekt på hvordan du utfører brystkompresjoner og munn-til-munn-innblåsninger.

ÅRSAKER TIL HJERTESTANS HOS BARN

Hos barn er hjertestans i mer enn 80 prosent av tilfellene et resultat av luftmangel på grunn av kvelning eller drukning. Det finnes barn som får hjertestans på grunn av hjertesykdom, men det gjelder svært få.

HVA SKJER VED LUFTMANGEL?

Ved langvarig luftmangel vil barnets kropp raskt gå tom for oksygen. Dette gir blålig hudfarge og bevisstløshet. Dersom ikke barnet får oksygen umiddelbart, vil hjertet raskt få problemer med å opprettholde pumpearbeidet og så etter få minutter stanse helt. Det er altså langvarig mangel på luft som er årsaken til hjertestansen. Det viktigste og første tiltaket er derfor å etablere fri luftvei og gi 5 innblåsninger.

VÆR IKKE REDD FOR Å STARTE HJERTE-LUNGEREDNING

Erfaringer fra mange land viser at mange er redde for å gjøre skade ved å forsøke hjerte-lungeredning av barn. Dette er det ingen grunn til. Det er langt bedre å bruke den kunnskapen du har i hjerte-lungeredning for voksne enn å ikke gjøre noe. Din innsats kan redde et barns liv.

: SLIK UTFØRER DU HJERTE-LUNGEREDNING PÅ BARN

:1

ER BARNET LIVLØST?

Undersøk om barnet reagerer på kraftig tilrop og forsiktig risting. Hvis barnet ikke reagerer:
- Rop på hjelp!

**:2**

ÅPNE LUFTVEIENE OG SJEKK PUST.

Åpne luftveiene ved å bøye hodet forsiktig bakover og løfte haken fram. Sjekk om barnet puster normalt ved å se, lytte og føle etter pust i inntil 10 sekunder.



Dersom barnet puster, se sideleie neste side. Dersom barnet ikke puster, skal du starte hjerte-lungeredning.

:3

GI 5 INNBLÅSNINGER.

Dersom barnet ikke puster normalt eller slutter å puste normalt gis 5 innblåsninger etter hverandre.

**:4**

START HJERTE - LUNGEREDNING (30+2)

Dersom barnet fortsatt er livløst, gis 30 brystkompresjoner og 2 innblåsninger vekselvis. Trykk ned ca en tredel av brystkassen.



Er du alene - fortsett i 1 minutt før du eventuelt forlater barnet for å ringe medisinsk nødtelefon 113 eller for å hente hjelp. Få om mulig noen andre til å ringe for deg.

DU FÅR HJELP SÅ RASKT SOM MULIG

Når medisinsk nødtelefon 113 blir varslet om mulig hjertestans hos barn, vil de nærmeste to ambulansene og nærmeste luftambulansse bli tilkalt. I ventetiden vil operatøren kunne veilede deg i førstehjelpsarbeidet.

• SLIK GIR DU FRIE LUFTVEIER, INNBLÅSNING OG KOMPRESJON

Barn under 1 år (spedbarn):



FRIE LUFTVEIER OG INNBLÅSNING

Åpning av luftveiene gjøres ved å holde hodet i nøytral stilling og løfte haka fram. La munnen omslutte både munn og nese ved innblåsning. Blås forsiktig og husk at det er et lite volum som skal inn. Innblåsningen skal vare i 1 sekund og du skal stoppe idet du ser at brystet begynner å heve seg.

KOMPRESJON

Trykk med to fingre (pekefinger og langfinger) mot brystbeinet. Brystbeinet er plassert midt mellom brystvortene. Dersom dere er to personer som utfører hjerte-lungeredning, kan den som komprimerer velge å gripe rundt spedbarnets brystkasse med begge hender og trykke med begge tomlene på brystkassen.



Barn over 1 år



FRIE LUFTVEIER OG INNBLÅSNING

Åpning av luftveiene gjøres ved å bøye hodet forsiktig bakover og løfte haka fram. Innblåsninger utføres med munn-til-munn-teknikk. Klyp igjen neseborene med den ene hånden, slik at luft ikke lekker ut under innblåsning. Hver innblåsning skal vare i 1 sekund og du skal stoppe idet du ser at brystet begynner å heve seg.

KOMPRESJON

Trykk med håndbaken mot brystbeinet dersom det er et lite barn. Hos større barn kan det være nødvendig å komprimere med begge hender, slik som på voksne. Trykk ned ca en tredel av brystkassen.



SIDELEIE:

Hvis barnet responderer med bevegelse eller lyder, har det ikke hjertestans. Tilkall likevel hjelp dersom du mistenker at noe er galt. Hvis pusten fortsatt er normal etter minst ett minutt kan du legge barnet i sideleie og overvåke det nøye videre. Tilkall likevel hjelp dersom du mistenker at noe er galt. Sjekk hyppig at pusten fortsatt er normal.



• FREMMEDLEGEME I HALSEN

Fremmedlegeme i luftveiene vil utløse kraftig ubehag og hosterefleks hos de fleste barn. I de aller fleste tilfeller klarer barnet å få luft forbi legemet og etter hvert fjerne det ved å hoste kraftig. Enkelte ganger sitter matbiten, leketøyet eller andre ting helt fast og hindrer at barnet får luft. Da er det nødvendig å gi førstehjelp.

Hvis barnet fortsatt klarer å hoste effektivt, skal du oppmuntre barnet til å hoste, og overvåke tilstanden.



• HVIS BARNET IKKE KLARER Å HOSTE

Barn under 1 år (spedbarn):



BARNET ER VÅKENT

Gi 5 støt mot ryggen og deretter 5 støt mot brystet. Hold hodet til babyen lavt.



BARNET ER BEVISSTLØST

Sørg for fri luftvei. Start hjerte-lungeredning og se etter fremmedlegemer i munnen for hver serie på 2 innblåsninger.

Etablér fri luftvei og gi 5 innblåsninger som beskrevet.

Barn over 1 år



BARNET ER VÅKENT

5 slag mellom skulderbladene og 5 bukstøt opp mot mellomgulvet - vekselvis.

Hvis mulig: hold barnets hode lavt eller la barnet bøye seg framover.



BARNET ER BEVISSTLØST

Sørg for fri luftvei. Start hjerte-lungeredning og se etter fremmedlegemer i munnen for hver serie på 2 innblåsninger.